

معرفة كيفية قراءة اختبار الدم

بطاقة الممارسات

تهدف هذه البطاقة إلى شرح العوامل الرئيسية التي ستساعدك على فهم اختبار دمك بشكل أفضل.

الألبومين



المعدل الطبيعي: 3.5 إلى 5.5 جم/ديسيلتر

الألبومين هو بروتين موجود في الدم. يؤدي دورًا حيويًا في نقل العناصر الغذائية والدفاعات المناعية. تتيح جرعته تقييم وظائف الكبد وتقييم التغذية واكتشاف الأمراض.

قياس نسبة الدهون



//1 البروتين الدهني مرتفع الكثافة:

الكوليسترول الجيد

المعدل الطبيعي: أكبر من 40 ملجم/ديسيلتر.

ينقل البروتين الدهني مرتفع الكثافة الكوليسترول الزائد إلى خارج الشرايين. وتعد المستويات العالية أمرًا مرغوبًا فيه.

//2 البروتين الدهني منخفض الكثافة:

الكوليسترول الضار

ينقل البروتين الدهني منخفض الكثافة الكوليسترول إلى الخلايا. يعتمد الهدف المراد تحقيقه على مستوى مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية لكل شخص:

مخاطر منخفضة: > 116 ملجم/ديسيلتر

مخاطر متوسطة: > 100 ملجم/ديسيلتر

مخاطر عالية: > 70 ملجم/ديسيلتر

مخاطر عالية للغاية: > 55 ملجم/ديسيلتر

صورة الدم الكاملة (CBC)



الهيموجلوبين (Hb): 12-16 جم/ديسيلتر

خلايا الدم البيضاء (WBC): 4000-11000/ميكرو لتر

الصفائح الدموية (Plq): 150.000-450.000/ميكرو لتر

تعطي صورة الدم الكاملة معلومات حول خلايا الدم. تتيح صورة الدم الكاملة اكتشاف فقر الدم أو العدوى أو الالتهاب في الجسم.

//3 الكوليسترول الكلي

المعدل الطبيعي: أقل من 200 ملجم/ديسيلتر

إنه عبارة عن مجموع معدل البروتين الدهني مرتفع الكثافة والبروتين الدهني منخفض الكثافة وأنواع أخرى من الكوليسترول.

//4 الدهون الثلاثية

المعدل الطبيعي: أقل من 150 ملجم/ديسيلتر

هي شكل من أشكال الدهون. تنشأ الزيادة في الدهون الثلاثية عن اتباع نظام غذائي غير متوازن غني بالدهون و/أو السكر و/أو الكحول، وزيادة الوزن و/أو الخمول البدني.

تصوير الدم الأيوني



الصوديوم (Na): 135-145 مليمول/لتر

البوتاسيوم (K): 3.5-5.0 مليمول/لتر

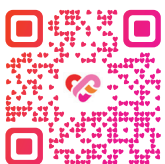
الكلورايد (Cl): 98-108 مليمول/لتر

تعد هذه الشوارد ضرورية للحفاظ على توازن السوائل والأداء السليم للأعضاء.

//5 تحليل سكر الدم للصائم

المعدل الطبيعي: بين 70 و100 ملجم/ديسيلتر.

يقيس كمية الجلوكوز في الدم بعد مدة من الصيام.



Agir pour
le Cœur
des Femmes